

Overleie komt in beweging tijdens de Week van de Beweging

Van 14 tot en met 18 september staat Overleie helemaal in het teken van een actieve en gezonde levensstijl. Tijdens de Week van de Beweging organiseert Wijkcentrum Overleie een gevarieerd programma met laagdrempelige activiteiten voor jong en oud. Wandelen, fietsen, sporten in openlucht of de eigen conditie testen: iedereen kan deelnemen op zijn of haar eigen tempo.

"Met de Week van de Beweging willen we tonen dat bewegen niet alleen goed is voor de gezondheid, maar ook mensen samenbrengt. De activiteiten zijn toegankelijk voor iedereen en nodigen buurtbewoners uit om op hun eigen tempo mee te doen."

Giovanny Saelens, schepen van Sociale Zaken

Van wandelen tot bruggenloop en conditietest: Overleie beweegt mee

De Week van de Beweging trapt op zondag 13 september officieel af met de 16de editie van de **Bruggenloop**. Start en aankomst liggen op het Sint-Amandsplein op Overleie. Het parcours voert de deelnemers langs de Leie en over vijf Kortrijkse bruggen: de Budabrug, Ronde van Vlaanderenbrug, Groeningebrug, Broelbrug en Noordbrug. Er zijn wedstrijden voor alle leeftijden. Kleuters lopen 100 meter, kinderen kunnen kiezen voor 300 meter en jongeren voor 1.200 meter. Volwassenen lopen 6 of 12 kilometer. Voor de G-lopers is er een parcours van 900 meter.

" Haal je loopschoenen uit de kast en kom op zondag 13 september mee lopen tijdens de 16de Bruggenloop. Er zijn afstanden voor iedereen, van de allerkleinsten tot de fervente lopers. En onderweg geniet je van een uniek parcours langs de Leie en over vijf Kortrijkse bruggen. "

Wouter Allijns, schepen van Sport

De blikvanger van de week is zonder twijfel de **Tour d'Overleie**. Van maandag 14 tot en met vrijdag 18 september kunnen bezoekers tijdens de openingsuren van het wijkcentrum kilometers verzamelen op een loopband of hometrainer. Op een grote kaart wordt dag na dag bijgehouden hoe ver de deelnemers samen 'reizen'. Niet de prestatie staat centraal, maar wel het plezier van samen actief bezig zijn. Elke kilometer draagt bij aan het gemeenschappelijk doel.

Ook buiten de muren van het wijkcentrum wordt er bewogen. Op maandag 14 september trekt **Bewegen met Gies** uitzonderlijk naar het Astridpark voor een ontspannen en toegankelijke sessie aan de vijver. De dag daarna, op dinsdag 15 september, staat Bewegen op de Mosselbank op het programma.

Wie graag meer inzicht krijgt in zijn of haar fysieke conditie kan op donderdag 17 september deelnemen aan de **Fittest** in het wijkcentrum. Tijdens deze gratis test krijgen deelnemers zicht op hun fitheid en gezondheid. Inschrijven vooraf is noodzakelijk.

Met de Week van Beweging wil het wijkteam van Overleie buurtbewoners op een positieve en toegankelijke manier stimuleren om meer te bewegen. Samen actief zijn en plezier maken vormen daarbij de Rode Draad.

Praktisch

- **Bruggenloop:** zondag 13 september, eerste start om 9.30 uur op het Sint-Amandsplein

- **Tour d'Overleie:** 14 t.e.m. 18 september tijdens de openingsuren van Wijkcentrum Overleie
- **Bewegen met Gies:** maandag 14 september, van 14u30 tot 15u30, Astridpark
- **Bewegen op de Mosselbank:** dinsdag 15 september, van 10u30 tot 11u, Mosselbank
- **Fittest:** donderdag 17 september, van 14u tot 16u30, Wijkcentrum Overleie



▲ Beweging Overleie

Bevoegd

Giovanny Saelens

schepen van Sociale Zaken

giovanny.saelens@kortrijk.be

[0474927031](tel:0474927031)

Wouter Allijns

schepen van Middenstand, Sport en
Evenementen

wouter.allijns@kortrijk.be

[0496526526](tel:0496526526)

Kopieer link

<https://pers.kortrijk.be/270223-overleie-komt-in-beweging-tijdens-de-week-van-de-beweging/>